Razem przekroczymy bariery

W dniach 13, 14, 25 i 30 września, uczestnicy naszego domu wraz z opiekunem, brali udział w projekcie realizowanym przez DPS w Foluszu pn. ,,Razem przekroczymy bariery".

Jego intencją była integracja i aktywizacja społeczna osób z zaburzeniami psychicznymi.

Pod okiem instruktorów nordic walking uczestnicy nabywali umiejetność prawidłowego posługiwania sie kijkami w trakcie marszu. Zapoznali się także z zaletami tego sportu, oraz jego pozytywnym wpływem na zdrowie, kondycję i ogólne samopoczucie.

Najpierw ćwiczenia odbywały się na pobliskim boisku, następnie był spacer wkoło budynku oraz krótka wycieczka leśnymi dróżkami.

Podsumowaniem projektu był event sportowy, który odbył się w Cieklinie w sobotę 30 września.

W rajdzie nordic walking wokól góry Cieklinki brało udział 100 osób, w tym 25 mieszkańców DPS-u i 6 naszych uczestników wraz z opiekunem. Towarzyszyła im piękna sloneczna pogoda.

Impreza zakończyła się wspólnym poczęstunkiem oraz rozdaniem pamiątkowych koszulek, odblasków i dyplomów.

Z uwagi na to, iż nasi uczestnicy otrzymali kijki, będą oni z nich nadal korzystać i propagować zalety tego sportu wśród pozostałych uczestników ŚDS-u.